

I. CELE i ZAŁOŻENIA BIEGU :

- upamiętnienie historii początków biegu ekologicznego,
- popularyzacja biegów masowych jako recepty na zdrowie,
- popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji ruchowej,
- pobudzanie aktywności ruchowej osób w każdym wieku i o różnym poziomie sprawności ruchowej,
- rozbudzenie potrzeby systematycznego ćwiczenia u osób nieaktywnych ze wszystkich środowisk, grup zawodowych i społecznych,
- promocja miasta,

II. ORGANIZATOR : Urząd Miasta Imielin, 41-407 Imielin, ul. Imielińska 81, www.imielin.pl

III. BIURO ORGANIZACYJNE BIEGU :

Zgłoszenia:

- elektroniczne za pomocą formularza zgłoszeniowego znajdującego się na stronie internetowej : <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=1664> do dnia 2 lipca 2015 roku
- bezpośrednio w biurze zawodów w dniu Crossu od godz. 12.00 do 15,00 na terenie LKS „Pogoń” Imielin, ul. Gen. Hallera 37a.

W biurze organizacji biegu zawodnicy otrzymują: numer startowy, agrafki, bon żywnościowy, koszulkę okolicznościową,

IV. TERMIN i MIEJSCE:

- 04 lipca 2015 roku
- Start i Meta - płyta boiska LKS „Pogoń” Imielin, ul. Gen. Hallera 37a
- Start godz. - 16,00.

V. INFORMACJE : Referat Edukacji, Zdrowia, Kultury i Sportu w Urzędzie Miasta Imielin, ul. Imielińska 81, 41-407 Imielin, tel. 32 / 22 54 136 lub 134 , fax 32 / 22 55 507 , ezks@imielin.pl

VI . DYSTANS : 20 km / trasa nieatestowana /. Bieg odbywa się częściowo w ruchu ulicznym - każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność i stosować się do poleceń Policji oraz osób zabezpieczających trasę.

VII. PROFIL TRASY : trasa asfaltowo - leśna wokół zbiornika wody pitnej. Trasa będzie oznaczona co 1 km począwszy od 5 km.

VIII. POMIAR i LIMIT CZASU. Pomiar czasu prowadzony jest z wykorzystaniem systemu elektronicznego. Organizator określa limit czasu ukończenia biegu na **2,5 godziny**.

Zawodnicy, którzy po upływie regulaminowego czasu pozostaną na trasie są zobowiązani do przerwania biegu i dojechania do mety biegu samochodem technicznym z napisem KONIEC BIEGU.

IX. PUNKTY ODŚWIEŻANIA . Pierwszy punkt odświeżania będzie znajdował się na 5 km trasy (ul. Maratońska przy zbiorniku wodnym) ogółem na trasie biegu znajduje się 8 punktów odświeżania. W punktach dostępna jest woda mineralna. Organizator nie przyjmuje indywidualnych odżywek zawodników. Na trasie biegu na 11 km będzie znajdowała się kurtyna wodna.

X. WARUNKI UCZESTNICTWA:

W biegu biorą udział zawodnicy , którzy:

- do dnia 4 lipca 2015 roku ukończą 18 lat oraz spełnią wymagania niniejszego regulaminu,
- przedstawili dowód tożsamości do weryfikacji daty urodzenia oraz dokonali opłaty startowej,

- własnoręcznie podpisali oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w biegu i wyrażającym zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyka wynikającego z charakteru biegu.
ww. oświadczenie podpisuje się przy odbiorze pakietu startowego,
- pobrali numer startowy,
- zapoznali się z regulaminem biegu, który zobowiązuje do jego przestrzegania.
- wyrazili zgodę na przetwarzanie danych osobowych,
- wyrazili zgodę na publiczne ogłoszenie wyników oraz na publiczne podanie danych w postaci imienia, nazwiska i przynależności klubowej,
- wyrazili zgodę na wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku,

XI . KATEGORIE WIEKOWE:

O ZALICZENIU DO KATEGORII WIEKOWEJ DECYDUJE ROK URODZENIA.

M-18	18 - 29 lat	K- 18	18 - 34 lat
M- 30	30 – 39 lat	K- 35	35 – 49 lat
M- 40	40 – 49 lat	K- 50	50 i powyżej
M- 50	50 – 59 lat		
M- 60	60 – 69 lat		
M- 70	70 i powyżej		

XII . NAGRODY: Warunkiem otrzymania nagrody jest ukończenie biegu i osobiste stawienie się na ceremonii wręczenia nagród.

Zwycięzcy w poszczególnych kategoriach wiekowych otrzymują puchary oraz nagrody pieniężne w wysokości:

I miejsce	-	400 zł
II miejsce	-	300 zł
III miejsce	-	200 zł

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg zgodnie z regulaminem otrzymują na mecie medale pamiątkowe.

Uroczystej dekoracji zwycięzców w kategoriach wiekowych dokonają Władze Miasta Imielin ok. godz. 18,45

XIII. SPRAWY FINANSOWE :

- koszty organizacyjne ponosi organizator biegu,
- koszty osobowe ponoszą uczestnicy biegu,
- opłata startowa wynosi 20 zł – dla zgłoszonych internetowo do dnia 02.07.2015 r., zgłoszeni w biurze biegu 40 zł.

XIV. POSTANOWIENIA ORGANIZACYJNE :

- numer startowy zawodnika winien być przypięty z przodu koszulki na wysokości klatki piersiowej,
- pomiar czasu i ustalenie kolejności miejsc na mecie zostanie przeprowadzone za pomocą systemu elektronicznego firmy DATASPORT
- trasa biegu na całej długości jest oznakowana,
- kolumnę biegaczy prowadzi pilot biegu , a zabezpieczają radiowozy policyjne oraz pogotowie ratunkowe,
- uczestnicy przyjeżdżają na własny koszt i we własnym zakresie,
- organizator nie zapewnia noclegów,
- każdy uczestnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność. Przekazanie organizatorowi prawidłowo wypełnionego formularza rejestracyjnego oznacza, że uczestnik

rozważył i ocenił charakter , zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu, w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci) i dobrowolnie zdecydował się podjąć ryzyko uczestnictwa w biegu,

- organizator nie zapewnia uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia indywidualnego na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku ,odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód , jakie mogą wystąpić w związku z uczestnictwem w biegu oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności oraz nie jest zobowiązany do zaspokajania jakichkolwiek roszczeń odszkodowawczych z tym związanych.
- każdy uczestnik biegu w czasie jego trwania jest ubezpieczony od nieszczęśliwych wypadków na zasadach ogólnych ,
- szatnie, przebieralnie i natryski dostępne będą w budynku administracyjnym gminnego obiektu sportowego przy ul. Gen. Hallera 37a,
- organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w bagażu,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora,
- trasa nieprzystosowana dla wózków oraz osób z dysfunkcją kończyn dolnych.

X V. SPORTOWE IMPREZY TOWARZYSZĄCE:

W ramach Ogólnopolskiej Kampanii dla Gmin **"Postaw na rodzinę"** promowanie stylu życia w trzeźwości poprzez organizowanie zawodów sportowych dla dzieci i młodzieży wspólnie z rodzicami i dziadkami:

1. Bieg Przedszkolaka: * roczniki:
2011- 2012- dystans 100 m - godz. 11,30
2009 - 2010 - dystans 150 m - godz. 12,00

2. Biegi dzieci szkolnych: * roczniki
2007 - 2008 - dystans 250 m - godz. 12,20
2005 - 2006 - dystans 400 m - godz. 12,40
2003 - 2004 - dystans 800 m - godz. 13,00

Uwaga! Zapisy do każdego biegu kończą się 20 minut przed startem.

*Wszystkie dzieci uczestniczące w biegach otrzymują gadżety
Uroczystego wręczenie medali za zajęcie I, II, III miejsca w Biegu Przedszkolaka i w biegach dla dzieci szkolnych dokonają Władze Miasta Imielin ok. godz. 14,00*

3. Bieg dla młodzieży w wieku 13 - 17 lat (2002 - 1998) w kategorii: chłopcy i dziewczęta na dystansie 2 km (5 okrążeń wokół płyty boiska)
START: godz. 16,10 z płyty boiska LKS Pogoń-Imielin
dla wszystkich uczestników sportowe gadżety

Uroczystego wręczenia medali i pucharów za zajęcie I, II, III miejsca w biegu dla młodzieży dokonają Władze Miasta Imielin bezpośrednio po biegu i ogłoszeniu wyników.

Zwycięzcy biegów 1994 - 2014:

I Cross - 9 lipiec 1994r.

1. Zięcina Mirella - Kraków
2. Żerkowski Mirosław - Budowlani Kielce

II Cross - 8 lipiec 1995r.

1. Zięcina Mirella - Kraków
2. Nowak Andrzej - Gryfonów

III Cross - 6 lipiec 1996r.

1. Zięcina Mirella - Kraków
2. Kazanecki Józef - Kraków

IV Cross - 5 lipiec 1997r

1. Nikiel Aniela - Piast Cieszyn
2. Gordiejew Andriej - Białoruś

V Cross - 4 lipiec 1998r.

1. Natalia Galuszko - Białoruś
2. Gordiejew Andriej - Białoruś

VI Cross - 3 lipiec 1999r.

1. Grażyna Kowina - Świderek KS Olkusz
2. Mirosław Gołębiewski - Ekspres Katowice

VII Cross - 1 lipiec 2000.

1. Grażyna Kowina - Świderek KS Olkusz
2. Zacepa Sergiej - Ukraina

VIII Cross - 7 lipiec 2001

1. Agnieszka Maciut - AKS Chorzów
2. Aleksander Labuchenka - Dynamo - Brest

IX Cross - 6 lipiec 2002

1. Grzegorz Głogosz - Ekspres Katowice
2. Nikiel Aniela - Sprint Bielsko Biała

X Cross - 5 lipiec 2003

1. Grzegorz Olszowik - Wawel Kraków
2. Brych - Pajak Ewa - Kmicic - Częstochowa

XI CROSS 3 lipiec 2004

1. Błaszczuk Zbigniew UKS Biegus Wręczyca
2. Brych - Pajak Ewa UKS Biegus Wręczyca

XII CROSS 02 lipiec 2005r.

1. Wydra Jan - MOK Mszana Dolna
2. Brych Pajak Ewa - UKS Wręczyca

XIII CROSS 01 lipiec 2006r.

1. Miśkowiec Tomasz - KKL Kielce
2. Jachimczyk Aleksandra - AZS AWF Kraków

XIV CROSS 07 lipiec 2007r.

1. Zawierucha Jerzy - Chemia HURT Rybnik
2. Suwaj Aneta - KB MOSIR Jastrzębie

XV CROSS 08 lipiec 2008r

1. Baczyński Wojciech - Goczałkowice Zdrój
2. Suwaj Aneta - MOSIR Korfantów

XVI CROSS 04 lipiec 2009r

1. Oksieniyuk Serhil
2. Brych - Pajak Ewa

XVII CROSS 03 lipiec 2010 r.

1. Lachowski Andrzej
2. Kucharska Ewa - MKS Iskra Pszczyna

XVIII Cross 02 lipiec 2011 r.

1. Baczyński Wojciech - RMD Montrail Team
2. Kucharska Ewa - MKS Iskra Pszczyna

XIX Cross 07 lipiec 2012 r.

1. Woźniak Jakub - AGH Kraków
2. Malska Janina - Bolesław

XX Cross 06 lipiec 2013 r.

1. Veretskyi Pavlo - UKR/Donetsk
2. Kucharska Ewa - MKS Iskra Pszczyna

XXI Cross 05 lipiec 2014 r.

1. Petrv Andrey - UZB Uzbekistan
2. XHmelewskaya Halina - UZB Uzbekistan